

# **EFEKTIVITAS KOMIK KONSELING GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEBIASAAN PEMENUHAN GIZI SEIMBANG PADA REMAJA PUTRI**

Oleh :  
Ambar Ayu Hendra Siwi  
NIM 11304241030

## **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk : (1) mengetahui efektivitas komik konseling gizi terhadap pengetahuan gizi seimbang remaja putri. (2) mengetahui efektivitas komik konseling gizi terhadap kebiasaan pemenuhan gizi seimbang remaja putri.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kausal komparatif yang menggunakan desain penelitian *pretest-posttest* untuk menguji efektivitas komik konseling gizi. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri yang sedang kuliah di PG-PAUD FIP UNY 2011. Teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* berjumlah 32 responden. Penelitian ini dilaksanakan di Kampus UPP 2 FIP UNY pada bulan November 2014. Pengumpulan data dilakukan dengan *pretest-posttest* dan kuesioner. Analisis data dilakukan dengan uji statistik *t-student* dan analisis deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa komik konseling gizi tidak efektif terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang remaja putri ( $p > 0,05$ ). Komik konseling gizi efektif terhadap perubahan kebiasaan pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri yaitu kebiasaan sarapan, frekuensi makan, kebiasaan makan beragam, kebiasaan jajan makanan siap saji (*fast food*) dan kebiasaan konsumsi air putih. Komik konseling gizi tidak efektif terhadap kebiasaan ngemil dan kebiasaan makan sesuai Tumpeng Gizi Seimbang (TGS).

**Kata Kunci** : *komik, konseling gizi, pengetahuan, kebiasaan, gizi seimbang, remaja putri*